Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH) (e-ISSN : 2504-8562)
2023, Volume 8, Issue 7, e002440
DOI: https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i7.2440

Perspektif Makanan dalam Kalangan Penghidap Diabetes Jenis 2 Masyarakat India Muslim di Pulau Pinang, Malaysia

(Food Perspectives among the Type 2 Diabetic Patient of Indian Muslim Community in Penang, Malaysia)

Rosna Abdoll Jalil[1], Shariffah Suraya Syed Jamaludin[2*], Teoh Soo Huat[3]

[1]Pusat Pengajian Sains Kemasyarakatan, Universiti Sains Malaysia (USM), 11800 Pulau Pinang, Malaysia.
Email: rosna.jalil@student.usm.my
[2]Pusat Pengajian Sains Kemasyarakatan, Universiti Sains Malaysia (USM), 11800 Pulau Pinang, Malaysia.
Email: shariffah@usm.my
[3]Jabatan Perubatan Klinikal, Institut Perubatan dan Pergigian Termaju (IPPT), Universiti Sains Malaysia (USM), 13200 Kepala Batas, Pulau Pinang. Malaysia.
Email: soohuat@usm.my

CORRESPONDING AUTHOR (*):
Shariffah Suraya Syed Jamaludin (shariffah@usm.my)

KATA KUNCI:
Makanan
Diabetes jenis 2
Masyarakat India Muslim

KEYWORDS:
Food
Type 2 diabetes
Indian Muslim community

CITATION:
Rosna Abdoll Jalil, Shariffah Suraya Syed Jamaludin & Teoh, S. H.. (2023). Perspektif Makanan dalam Kalangan Penghidap Diabetes Jenis 2 Masyarakat India Muslim di Pulau Pinang, Malaysia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH), 8*(7), e002440. https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i7.2440

ABSTRAK

Makan dan makanan merupakan rutin harian manusia yang mempunyai pelbagai tafsiran dari segi fungsi makanan dan makna simbolik. Tafsiran makanan mungkin berbeza bagi individu yang tidak mempunyai batasan untuk makan dan seseorang yang mempunyai batasan untuk makan. Cara seseorang mentafsir makna makanan berbeza sebelum dan selepas mendapat sakit. Kajian ini bertujuan melihat tafsiran makanan oleh penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim melibatkan makna literal dan makna simbolik makanan sebelum dan selepas menghidap diabetes 2. Kaedah utama kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami makna makanan menurut penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim di Pulau Pinang. Temubual melibatkan sebanyak 15 orang responden yang mewakili penghidap diabetes 2 bagi menghuraikan makna makanan dalam budaya populasi India Muslim di Pulau Pinang. Hasil kajian mendapati tafsiran makna makanan sebelum menghidap diabetes 2 dikaitkan dengan makna positif seperti selera, kebebasan, memori dan kenangan, kegembiraan dan keseronokan, simbol sambutan dan keraian sesebuah peristiwa atau pencapaian, rezeki dan rutin harian. Makna makanan selepas menghidap diabetes 2 menunjukkan tafsiran terhadap makanan seperti pengorbanan, ketakutan, penyesalan, kesunyian, nafsu dan keinginan, kepuasan, simbol kasih sayang, tanggungjawab sosial, budaya dan identiti masyarakat. Diabetes merupakan penyakit yang memerlukan komitmen seumur hidup untuk perubahan diet, senaman, pemantauan diri dan rejim ubat (oral atau suntikan). Oleh itu, pemahaman makna makanan penting bagi semua pihak untuk membantu pesakit menguruskan

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

keadaan diabetes 2 dan penyakit kronik yang lain.

ABSTRACT

Food and eating is a daily routine of humans that have a variety of interpretations in terms of its function and symbolic meaning. Food interpretations may be different for individuals who have no limit to eating and someone who has limits to eat. Food interpretation might be different for an individual before and after getting sick. This study aims to look at the interpretation of food by diabetes II of the Muslim Indian community involving the literal and symbolic meaning of food before and after diabetes 2. The main method of this study uses a qualitative approach to understand the meaning of food according to diabetes 2 of the Muslim Indian community in Penang. Interviews involved 15 informants to represent diabetes 2 patients to describe the meaning of food in the culture of the Indian Muslim population in Penang. The results show that the interpretation of food before having diabetes 2 is associated with positive meanings such as appetite, freedom, memories, joy and excitement, symbol of entertainment for an life event or achievement, daily sustenance and routine. The meaning of food after diabetes 2 shows the interpretation of food such as sacrifice, fear, regret, loneliness, desire, satisfaction, symbol of love, social responsibility and culture identity. Diabetes is a disease that requires a lifetime commitment to change in diet, exercise, self -monitoring and medicinal regime (oral or injection). Therefore, understanding the meaning of food is important for all parties to help patients manage diabetes 2 and other chronic diseases.

Sumbangan/Keaslian: Sumbangan utama kajian ini ialah mendapati bahawa maklumat kajian ini akan dapat dijadikan sebagai rujukan oleh petugas kesihatan untuk memberikan cadangan diet yang disesuaikan mengikut perspektif makanan masyarakat India Muslim dan memupuk kesedaran amalan pemakanan bagi mencegah penyakit kronik khususnya diabetes 2 dalam kalangan masyarakat hari ini.

1. Pengenalan

Makanan mempengaruhi kesihatan dan risiko penyakit. Seseorang yang sakit perlu mengawasi pemakanan kerana sesetengah makanan boleh memburukkan lagi keadaan penyakit dan sesetengah makanan boleh membantu menyembuhkan penyakit. Orang yang sihat juga perlu mengawasi pemakanan untuk terus sihat dan mengurangkan risiko mendapat penyakit. Makan merupakan rutin harian individu bagi memastikan kelangsungan hidup dan memenuhi keperluan fisiologi. Tubuh badan manusia dapat berfungsi dengan baik apabila keperluan fisiologi dipenuhi melalui pemakanan harian. Makanan mempunyai pelbagai tafsiran dari segi fungsi makanan dan makna simbolik. Tafsiran makanan mungkin berbeza bagi individu yang tidak mempunyai batasan untuk makan dan seseorang yang mempunyai batasan untuk makan. Cara seseorang mentafsir makna makanan berbeza sebelum dan selepas mendapat penyakit (Beverly et al., 2018). Penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim dalam kajian ini mentafsirkan makanan dari sudut yang berlainan melibatkan makna literal dan makna simbolik makanan

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

sebelum dan selepas menghidap diabetes 2. Pemahaman makna makanan akan dapat menjelaskan bagaimana pesakit memilih makanan harian sambil menguruskan keadaan diabetes 2.

2. Sorotan Literatur

Makanan membawa pelbagai makna simbolik yang mengekspresikan dan menciptakan hubungan antara manusia dengan manusia, dengan Tuhan, dan persekitaran semula jadi. Makanan mempunyai perkaitan dengan tahap kesihatan dan risiko penyakit seseorang iaitu "anda adalah apa anda makan, atau apa yang anda enggan makan". Ahli antropologi menunjukkan bagaimana sesebuah kumpulan budaya berbeza dalam kepercayaan dan amalan berkaitan makanan. Sebagai contoh, terdapat kepelbagaian di seluruh dunia mengenai bahan yang dianggap sebagai makanan, bukan makanan, dan dilarang keras dalam masyarakat (Helman, 2007).

Peranan utama makanan dalam kehidupan seharian terutamanya dalam hubungan sosial menjadikan amalan pemakanan sukar untuk diubah. Setiap budaya melihat makanan dan mengklasifikasikannya ke dalam kategori yang berbeza. Secara umum, klasifikasi makanan yang wujud dalam masyarakat adalah makanan dan bukan makanan, makanan suci dan tidak suci, makanan sebagai ubat, ubat sebagai makanan, makanan sebagai racun dan makanan sosial (yang menunjukkan hubungan, status, pekerjaan, jantina atau identiti kumpulan) (Helman, 2007).

Pemakanan ditafsirkan sebagai suatu kajian proses penyerapan dan penggunaan bahan makanan termasuk penelitian setiap bahan makanan yang diperlukan untuk tumbesaran dan pembinaan setiap organisma (Lee & Nieman, 2003). Makanan ditafsirkan sebagai bahan yang boleh dimakan dan digunakan oleh badan untuk melaksanakan pelbagai fungsinya (Vaclavik, 1999). Pengambilan makanan tidak seimbang mempengaruhi fisiologi dalaman tubuh yang menjejaskan fungsi tisu dan sel yang menyebabkan penyakit. Makanan dalam konteks antropologi pula mempunyai perspektif berbeza iaitu untuk memahami budaya individu dan masyarakat. Tradisi pemakanan dipengaruhi oleh kepelbagaian budaya dan masyarakat. Makna makanan berdasarkan perspektif antropologi menumpukan kepada analisis struktur dan simbolik tentang makanan (Ing, 2011). Menurut Aktaş-Polat dan Polat (2020), pemakanan dalam disiplin antropologi menghuraikan mengenai perbezaan budaya, perubahan dan modernisasi, komunikasi, simbol keagamaan, analisis sosial, dan identiti.

Pemakanan merupakan perilaku utama manusia setiap hari dan menjadi cara seseorang mendefinisikan diri sendiri. Individu yang mengambil jenis pemakanan berbeza mengikut perkembangan dan tren (*faddist*) tidak mendapat nilai nutrisi makanan yang seimbang (Farb & Armelagos, 1980). Amalan diet mengikut trend (*food fad*) lebih berteraskan psikologi dan emosi daripada mementingkan nutrisi pemakanan. Perilaku ini boleh menjadi risiko mendapat penyakit tidak berjangkit dan komplikasi diabetes apabila pemakanan tidak sihat diamalkan.

Kajian Beverly et al. (2018) dalam kalangan penghidap diabetes 2 mendapati makanan digambarkan sebagai memberi fungsi untuk melangsungkan hidup dan ditentukan oleh masa dan bukannya kelaparan atau keseronokan. Makna peribadi dan sosial makanan sebelum didiagnosis diabetes disifatkan sebagai sebuah perkongsian kolektif, dikaitkan dengan keluarga, agama, kebahagiaan, keselesaan, kenangan indah, dan solidariti. Keadaan setelah diabetes mengubah persepsi makanan, keseronokan dan hubungan

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

sosial apabila makanan disamakan dengan musuh atau racun. Hubungan negatif dengan makanan ini menimbulkan rasa bersalah apabila menikmati makanan "buruk".

Makna pemakanan juga berbeza dalam persekitaran peribadi, sosial dan budaya. Makanan dikaitkan dengan memori, perasaan dan status sosial dalam menjalin dan mengekalkan hubungan (Beverly et al., 2018). Dalam budaya Afrika-Amerika, makanan adalah simbol kasih sayang dan dihidangkan di pinggan untuk orang yang diizinkan di ruang peribadi mereka. Keluarga, rakan-rakan dan tetamu sering rasa berkewajipan untuk makan berlebihan sebagai tindakan menerima kasih sayang dalam jamuan oleh tuan rumah. Makanan dihidangkan untuk memberi makna melalui masakan, menunjukkan perasaan terhadap orang lain, untuk mencipta kenangan indah dan untuk mengekalkan hubungan sosial dengan rakan dan kenalan (Liburd, 2003). Pemakanan dilihat sebagai tindakan ekspresif menunjukkan kepercayaan agama dan moral (Farb & Armelagos, 1980). Sebagai contoh, konsep pemakanan orang India banyak dipengaruhi oleh kitab Ayurveda iaitu kitab perubatan yang menggunakan tumbuhan atau herba dengan mempercayai bahawa makanan mempengaruhi kesihatan dan penyakit (Obeyesekere, 1977).

Keseimbangan unsur-unsur dalam badan dipengaruhi oleh pengambilan makanan tertentu. Penghidap diabetes orang Latin dalam kajian Weller et al. (1999) mempercayai kesihatan badan adalah berdasarkan keseimbangan panas dan sejuk makanan, keadaan fisiologi, penyakit, ubat-ubatan, dan diabetes diklasifikasikan sebagai penyakit panas. Pesakit diabetes di China juga mempunyai kepercayaan budaya mengenai keseimbangan dalam makanan iaitu, "panas dan sejuk" yang merupakan faktor penting bagi kesihatan (Chesla, Chun, & Kwan, 2009). Unsur sejuk dan panas yang diberikan kepada makanan bukan bergantung kepada suhu makanan itu, tetapi kesan makanan itu kepada badan seseorang (Shariffah Suraya, 2013).

Dalam perubatan tradisional menurut Avicenna (1988) rujukan penulisan Ghods (2018), terdapat empat cairan atau humor dalam badan manusia iaitu darah atau *sanguine* (dam), humor balgham (*phlegm*), air hempedu kuning atau safra (*yellow bile*), dan air hempedu hitam atau soda (*black bile*). Humor darah bersifat panas dan lembap seperti udara; air hempedu kuning bersifat panas dan kering seperti api, humor balgham bersifat sejuk dan lembap seperti air; dan air hempedu hitam bersifat sejuk dan kering seperti tanah. Gangguan keseimbangan empat unsur humor ini dalam badan menyebabkan penyakit. Rawatan asas untuk menyeimbangkan unsur-unsur tersebut adalah melalui makanan atau perubatan herba.

Penyediaan masakan Cina mengambil kira lima rasa manis, masam, pahit, pedas dan masin perlu dicapai sebagai keperluan pemakanan bagi lima organ utama dalam sistem badan iaitu jantung, hati, pankreas, paru-paru dan buah pinggang (Liu & Liu, 2011). Hasil kajian Lawton et al. (2008) menyatakan makanan dipanggang, direbus dan dibakar dikatakan memberikan 'kesan lemah' seperti kurang rasa kenyang, manakala makanan digoreng dinyatakan sebagai 'makanan bertenaga' melengkapkan pengambilan pemakanan. Pengambilan *'light-weight foods'* yang dipanggang, direbus dan dibakar dianggap menyebabkan kelesuan dan melemahkan keupayaan seseorang untuk melaksanakan aktiviti harian. Anggapan ini menyebabkan kualiti pengambilan makanan terjejas dan meningkatkan risiko mendapat penyakit diabetes disebabkan kaedah masakan tidak sihat.

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

3. Metod Kajian

Kaedah utama kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif iaitu temu bual mendalam untuk memahami makna makanan menurut penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim di Pulau Pinang. Pemilihan responden kajian ini dilakukan secara persampelan bertujuan bagi mereka yang memenuhi kriteria bagi kajian ini. Peserta kajian ini terdiri daripada kategori dewasa berumur 40 tahun dan ke atas yang menghidap penyakit diabetes jenis tahap 2 yang merupakan masyarakat India Muslim dari Pulau Pinang, dan sukarela untuk menyertai kajian ini. Kajian ini tidak melibatkan pesakit diabetes kanak-kanak, wanita hamil yang mempunyai diabetes, pesakit tidak mempunyai keupayaan mental dan fizikal, dan pesakit yang tidak rela menyertai kajian ini. Peserta kajian juga dikecualikan jika mereka dilaporkan didiagnosis dengan penyakit Alzheimer, demensia yang lain, strok, atau kanser pada tahun sebelumnya; mengalami psikopatologi yang teruk (iaitu, skizofrenia atau gangguan bipolar); atau penyalahgunaan alkohol dan dadah.

Saiz sampel kajian melibatkan sebanyak 15 orang responden untuk mewakili penghidap diabetes 2 bagi menghuraikan makna makanan dalam budaya populasi India Muslim di Pulau Pinang yang ditemu bual antara Januari 2022 hingga April 2022. Tempoh setiap temu bual adalah sekitar 60 hingga 90 minit. Sesi temu bual dilakukan secara bersemuka di rumah responden atau tempat awam terbuka di sekitar kawasan Pulau Pinang dan melalui panggilan telefon mengikut keselesaan responden. Pertimbangan temu bual melalui panggilan telefon adalah disebabkan mengambil kira keadaan COVID-19 yang membatasi kontak rapat. Purata umur sampel kajian ialah 60 tahun yang melibatkan 10 orang perempuan dan 5 orang lelaki. Kebanyakan responden bekerja sebagai peniaga, menguruskan bisnes dan suri rumah. Peserta kajian berkongsi amalan pemakanan ketika ditemu bual menggunakan campuran bahasa Melayu, Tamil dan Inggeris. Pengumpulan data telah dilengkapkan dalam tempoh dua bulan.

Hasil temu bual telah ditranskripsikan dan dianalisis menggunakan analisis tematik bagi memahami makna makanan menurut perspektif penghidap diabetes 2. Kesemua temu bual yang dirakam secara digital dengan kebenaran informan dan ditranskripsikan daripada satu ayat ke satu ayat yang lain (verbatim). Nama informan diberi nama samaran atau dikeluarkan untuk memastikan kerahsiaan seperti yang dinyatakan dalam garis panduan Jawatankuasa Etika Penyelidikan Manusia (JEPeM) (Kod : USM/JEPeM/21110723).

Sembilan belas tema utama bagi makna makanan telah dikenal pasti dalam kajian ini sebelum dan selepas menghidap diabetes 2 (rujuk Jadual 1). Sembilan tema utama bagi makna makanan sebelum menghidap diabetes 2 merangkumi (1) Makanan sebagai hobi, (2) Makanan sebagai selera, (3) Makanan sebagai kebebasan, (4) Makanan sebagai kenangan dan memori, (5) Makanan sebagai kegembiraan dan keseronokan, (6) Makanan sebagai simbol sambutan dan keraian sesebuah peristiwa atau pencapaian, (7) Makanan merupakan sunat dan ibadah, (8) Makanan merupakan rezeki, dan (9) Makanan merupakan rutin harian. Sepuluh tema bagi makna makanan selepas menghidap diabetes 2 merangkumi (1) Makanan sebagai fungsi memenuhi keperluan tubuh, (2) Makanan merupakan pengorbanan, (3) Makanan merupakan ketakutan, (4) Makanan merupakan penyesalan, (5) Makanan merupakan kesunyian, (6) Makanan merupakan nafsu dan keinginan, (7) Makanan merupakan kepuasan, (8) Makanan sebagai simbol kasih sayang, (9) Makanan merupakan tanggungjawab sosial, dan (10) Makanan sebagai budaya dan identiti masyarakat.

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

4. Hasil Kajian

Hasil kajian ini dibahagikan dua bahagian iaitu makna makanan sebelum dan menghidap diabetes II. Jadual 1 menyenaraikan sembilan belas tema keseluruhan hasil temu bual seperti yang akan dihuraikan dalam bahagian hasil kajian ini.

Jadual 1 : Tema utama makna makanan

Sebelum diabetes 2	Selepas diabetes 2
Makanan sebagai hobi	Makanan sebagai fungsi memenuhi keperluan tubuh
Makanan sebagai selera	Makanan merupakan pengorbanan
Makanan sebagai kebebasan	Makanan merupakan ketakutan
Makanan sebagai kenangan dan memori	Makanan merupakan penyesalan
Makanan sebagai kegembiraan dan keseronokan	Makanan merupakan kesunyian
Makanan sebagai simbol sambutan dan keraian sesebuah peristiwa atau pencapaian	Makanan merupakan nafsu dan keinginan
Makanan merupakan sunat dan ibadah	Makanan merupakan kepuasan
Makanan merupakan rezeki	Makanan sebagai simbol kasih sayang
Makanan merupakan rutin harian	Makanan merupakan tanggungjawab sosial
	Makanan sebagai budaya dan identiti masyarakat

(Sumber : Kajian Lapangan, 2022)

4.1. Makna makanan sebelum diabetes 2

4.1.1. Makanan sebagai hobi

Makanan tidak dapat dipisahkan dengan manusia kerana makan merupakan tabiat harian manusia, namun terdapat kumpulan manusia yang menjadikan makan sebagai hobi. Keadaan kesihatan yang membolehkan semua makanan diambil membuatkan terdapat individu yang makan untuk hobi, berbeza pula dengan individu yang menghidap penyakit perlu kawal pemakanan harian mereka. Tingkah laku yang terlalu taksub dan cintakan makanan boleh memberikan kemudaratan kepada kesihatan. Makanan yang diambil tanpa kawalan menyebabkan masalah sistem pernafasan. Asma, 69 tahun yang telah menghidap diabetes 2 selama 15 tahun mengatakan "*ada juga orang terlalu suka dengan makanan, dalam masa yang sama makan banyak sampai tak boleh nak bernafas sebab rasa heavy*".

4.1.2. Makanan sebagai selera

Makanan juga ditafsirkan sebagai selera yang mempengaruhi pengambilan kuantiti makanan. Selera makan juga bergantung kepada kitaran pergaulan bersama ahli keluarga, rakan-rakan dan kenalan. Penghidap diabetes 2 juga tidak terlepas dari pergaulan harian bersama keanalan dalam rangkaian sosial dan tidak mungkin mengasingkan diri hanya disebabkan keadaan kesihatan. Interaksi ini sudah tentunya turut mempengaruhi selera makan apabila makan bersama dalam pergaulan harian. Informan mengatakan keadaan mereka walaupun setelah menghidap diabetes 2, selera makan mereka bertambah apabila makan bersama kenalan terdekat.

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

4.1.3. Makanan sebagai kebebasan

Keadaan kesihatan mempengaruhi jenis pemakanan yang boleh diambil dan perlu dikurangkan. Sekatan dan kawalan pemakanan berlaku apabila seseorang berpindah peranan dari alam sihat kepada alam sakit. Diabetes dipengaruhi oleh kebiasaan pemakanan harian seseorang. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini merujuk makanan sebagai makna kebebasan sebelum disahkan menghidap diabetes. Kebebasan yang dinyatakan merujuk kepada kuantiti dan jenis pemakanan yang boleh diambil tanpa perlu berpantang. Keadaan tubuh yang sihat tanpa penyakit membolehkan pengambilan pelbagai jenis makanan yang digemari dan tidak seperti diagnosis diabetes yang menyebabkan pemakanan harian perlu dikawal. Petikan kes-kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Cikgu Salma, 64 tahun, seorang pesara guru tadika mengatakan, "uihh, sebelum kencing manis makan semua, ada event p hotel kalau semua kebas, mi sup, mi kari. Masa dulu habis tuition ka apa, ajak kawan-kawan p Padang Kota sama-sama belanja makan celur-celur (steamboat), pasembur, mee, laksa, kuey teow theng, laksa la paling favourite. Makan dulu kira banyak la, bebas makan, tak ada cerewet tak ada apa, tak ada contol, makan semua, dapat apa semua bubuh nanti. Kalau minum-minum dulu apa semua teh tarik ka ais manis, tak ada pantang la. Bila tahu dah kencing manis pun, dok makan jugak kadang-kadang masa tu, kerja-kerja dok makan jugak. Sejak lani kebelakangan ni la 10 tahun ni, tak makan manis-manis dah. Kadang-kadang curi jugak minum, p rumah kenduri air mineral tak jumpa kita pun tak bawak, jadi sikit-sikit minum la jugak. Sikit-sikit tu minum la, balik makan ubat".*

4.1.4. Makanan sebagai kenangan dan memori

Kehidupan mempunyai pelbagai kenangan dan memori. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini yang turut mentafsirkan makanan sebagai memori. Kenangan sebelum menghidap diabetes 2 sudah semestinya melibatkan memori mengenai makanan yang pernah diambil dalam peristiwa tertentu atau bersama insan-insan tertentu. Memori yang dimaksudkan merangkumi makanan kegemaran semasa zaman muda yang merangkumi snek dan manisan, masakan ibu, minum petang di warung atau kedai makan, dan memori meluangkan masa bersama rakan-rakan sekerja. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Aminah, 63 tahun,"masa muda saya suka masam-masam macam mangga, nasi, sambal tumis, banyak masakan melayu, masak asam pedas, masak lemak cili api, ini semua saya suka buat sambal dengan udang, sotong".*
>
> *Salma, 64 tahun, "masa dulu muda-muda lagi suka makan, ajak kawan-kawan p Padang Kota sama-sama belanja ka apa. Dulu kami makan-makan, ambil gambar, lepas tu orang mai hantar gambar nanti, bagi la 10 ringgit kat dia, masa tu 10 ringgit besar nilainya. P Padang Kota dulu makan celur-celur (steamboat), pasembur, mee, laksa, kuey teow theng, laksa la paling favourite".*

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

4.1.5. Makanan sebagai kegembiraan dan keseronokan

Kegembiraan merupakan indikator kebahagiaan hidup seseorang. Makanan merupakan salah satu indikator yang memberikan makna dari segi emosi seperti kegembiraan dan keseronokan. Semua individu suka dan gemar dengan makanan kerana makanan membuatkan mereka rasa gembira. Begitu juga dengan penghidap diabetes 2, keadaan sebelum sakit sudah tentunya memberikan nikmat untuk menikmati semua juadah tanpa kerisauan dalam sebarang jamuan majlis keramaian atau sambutan peristiwa. Informan mengatakan makanan memberikan rasa keseronokan apabila kumpul makan bersama. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Habib, 80 tahun, "bila ada teman makan dengan family, cucu, kawan-kawan tu mesti rasa seronok la. My favourite also are pisang goreng, cekodok, ubi keledek, it feel good to eat together. Kalau makan di luar dengan family, suka la minum white coffee, kat Queensbay kan ada OldTown, but Coffee Bean very tasty, I pun suka".*

4.1.6. Makanan sebagai simbol sambutan dan keraian sesebuah peristiwa atau pencapaian

Kehidupan sudah tentunya mempunyai pencapaian pada peringkat tertentu seperti cemerlang dalam akademik, kenaikan pangkat di tempat kerja dan anugerah-anugerah yang diberikan disebabkan sumbangan dan pencapaian tertentu. Makanan sudah tentunya menjadi perkara utama sebagai tanda meraikan kecemerlangan dalam perkhidmatan atau pencapaian tertentu. Contohnya anak-anak yang memperoleh keputusan cemerlang dalam akademik mungkin dibelanjakan makan ayam goreng *Kentucky Fried Chicken* (KFC) atau ais krim. Bagi konteks kajian ini, penghidap diabetes 2 merujuk makanan sebagai simbol sambutan dan keraian sesebuah peristiwa atau pencapaian. Menu makanan istimewa seperti manisan diambil pada hari tertentu seperti majlis perkahwinan. Perubahan biologi bagi wanita yang mencapai akil baligh juga akan diberikan makanan seperti legiyam untuk menunjukkan tanda peralihan hidup kepada alam dewasa sebagai salah satu peristiwa hidup Petikan kes-kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Sayyed, 61 tahun mengatakan "ais krim saya jarang makan, kadang-kadang p kenduri orang paksa makan akan makan la. Saya tak akan p cari ais krim, kalau p kenduri orang bagi free baru makan, itupun kalau ada kenduri saja, macam hari biasa saya tak pegang ais krim".*

> *Raina, 61 tahun, "kadang-kadang I buat legiyam bila cucu-cucu cukup umur kan. Kat rumah banyak makan tu, ulunthu (kacang hitam) yang dok buat dalam tosai tu kan, tepung ragi, pulut hitam, lepastu masuk madu, karuppu chini (gula merah), then original nallaennai (minyak lenga) kalau anak-anak cukup umur la. Kalau tak ada, kita nak makan, anything boleh masuk".*

4.1.7. Makanan merupakan sunat dan ibadah

Makanan dikaitkan dengan kepercayaan agama apabila seseorang perlu makan mengikut sunnah Nabi, iaitu makan merupakan salah satu bentuk ibadah untuk menjalani kehidupan sebagai hamba Allah di muka bumi ini. Makan dikatakan sebagai sunat dan ibadah apabila seseorang disunatkan untuk makan ketika bersahur walaupun

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

sebiji kurma dan seteguk air semasa berpuasa di bulan Ramadhan. Kepercayaan agama mempengaruhi prinsip hidup seseorang untuk menikmati kesihatan dan kesejahteraan hidup melalui panduan pemakanan berasaskan sunnah nabi. Informan kajian ini, Jaira, 55 tahun mengatakan "*kalau macam puasa, pagi tu kena la makan sikit, sunat kan*".

4.1.8. Makanan merupakan rezeki

Makanan merupakan rezeki kurniaan Tuhan. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini mentafsirkan makanan sebagai rezeki. Makanan ditafsirkan sebagai rezeki yang harus dikongsi tidak hanya sesama manusia, tetapi juga bersama makhluk Tuhan yang lain seperti haiwan. Makanan dikatakan sebagai rezeki yang tidak boleh dibazirkan dan terdapat informan mengatakan tidak sampai hati untuk tidak menghabiskan makanan kerana makanan merupakan rezeki. Penghidap diabetes 2 memilih untuk menghabiskan makanan kerana merasa sayang untuk tinggalkan makanan yang akan dibuang begitu sahaja. Petikan kes berikut menceritakan perihal ini.

> *Salma, 64 tahun,"kalau dengan family p makan, ada lebih saya tak bagi buang nasi, rezeki ada lebih, saya nanti kata kat anak-anak. Cucu suka nasi goreng pattaya tu saya nanti makan yang tak habis tu, anak-anak nanti kata jangan makan,"buat apa ambil depa punya", tapi rasa sayang, rezeki kan".*

4.1.9. Makanan merupakan rutin harian

Makanan juga ditafsirkan oleh penghidap diabetes 2 dalam kajian ini sebagai rutin harian dan merupakan perkara yang tidak dapat ditinggalkan. Makanan akan selalu ada dalam kehidupan dan diambil untuk kelangsungan hidup. Jaira, 55 tahun mengatakan, "*makanan ni untuk meneruskan hidup la, sementara kita nak mati ni*".

4.2. Makna makanan selepas menghidap diabetes 2

4.2.1. Makanan sebagai fungsi memenuhi keperluan tubuh

Perubahan keadaan kesihatan juga mengubah pandangan penghidap diabetes 2 dari segi minat terhadap makanan. Penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim mengatakan mereka tidak berminat dengan makanan dan hanya makan untuk memenuhi keperluan tubuh sahaja. Keadaan sebagai pesakit membuatkan mereka kurang minat dengan makanan dan menganggap makanan tidak penting, namun lebih menitikberatkan kesihatan yang baik. Asma, 69 tahun mengatakan "*bagi saya untuk kawal kesihatan penting, makanan bukan sesuatu yang penting, saya tak minat sangat dengan makanan*". Makanan ditafsirkan sebagai fungsi untuk memenuhi keperluan tubuh. Makanan merupakan rutin harian yang penting untuk memberi sumber tenaga bagi melakukan aktiviti dan pekerjaan harian. Selain itu, makanan dikatakan membantu untuk kesihatan yang normal. Informan Habib, 80 tahun mengatakan "*makanan ni nak bagi kita sihat, ada kuat dan tenaga*". Petikan kes-kes di bawah juga menceritakan perihal ini.

> *Tok Jah, 82 tahun,"kita makan untuk bagi perut kenyang, kita makan nasi la. Kita makan supaya tak pengsan dan tak ada apa-apa benda terjadi kat badan kita".*

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

Salman, 59 tahun,"makanan penting untuk kita. Saya akan makan 3 kali tak skip. Kalau kita makan la baru boleh buat kerja kan".

Asma, 69 tahun,"makanan adalah untuk jaga kesihatan kita, untuk pastikan kesihatan normal. Kita pesakit diabetes, kita kena ikut semua ni. Pemakanan ni perlu berhati-hati. Nasi tak boleh ambil banyak, sehari sikit saja".

4.2.2. Makanan merupakan pengorbanan

Keadaan diabetes 2 sudah tentunya memberi dilema dalam memilih makanan harian. Makanan yang memberi kesan kepada peningkatan bacaan gula dalam darah mungkin boleh menyebabkan komplikasi. Oleh itu, penghidap diabetes 2 dalam kajian ini mengatakan makna makanan sebagai pengorbanan. Terdapat beberapa jenis makanan yang perlu dikorbankan dan dikurangkan kuantiti pengambilannya tidak seperti keadaan sebelum menghidap diabetes 2. Pengorbanan yang dimaksudkan ialah mengorbankan makanan bergoreng dan makanan manis. Petikan kes-kes di bawah menceritakan perihal ini.

Habib, 80 tahun mengatakan,"during raya or any celebration, I have to forget all that goreng goreng food. My wife sometime goreng pisang and force to eat, sedap but makan sikit la. I have to take healthy food. Forget about the daging lembu, kambing, I won't eat all that".

Raina, 61 tahun, "sweets yang saya pernah buat adalah macam halwa maskat setiap minggu, kesari, halwa, nei urundai (ghee ball), cake, favourite pulut kacau, pulut kacau merah. Semua tu saya dah lepas, kalau tak selalu nanti buat saja, sekarang kan dah dapat kencing manis".

Asma, 69 tahun mengatakan "sekarang kita pergi makan, masa bulan puasa, kenduri, raya akan ada banyak jenis makanan, semua orang tengok akan teringin nak makan, tapi bila kamu tengok akan makan terus ke ? dia bukan macam tu, kita mesti jaga dan mahu ingat kesihatan".

4.2.3. Makanan merupakan ketakutan

Keadaan sihat atau sakit sudah semestinya mempengaruhi keputusan seseorang untuk mengambil makanan yang sesuai. Keadaan ketika tubuh sihat membolehkan seseorang tidak ragu-ragu untuk menikmati pelbagai jenis juadah, namun keadaan berubah selepas seseorang menghidap penyakit apabila perlu berfikir panjang sebelum menjamah sebarang hidangan. Oleh itu, tafsiran makanan selepas mendapat penyakit ditafsirkan sebagai ketakutan. Pengambilan makanan dikurangkan atau dihentikan disebabkan takut dengan kandungan karbohidrat dan kalori yang boleh menyebabkan masalah kesihatan. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini menyatakan rasa ketakutan terhadap makanan seperti dalam petikan kes-kes di bawah.

Aminah, 63 tahun, "Sekarang saya sendiri kena kawal diri saya makan sikit-sikit la. Nasi lemak saya tak makan banyak takut itu karbohidrat, kalori banyak".

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

> *Salma, 64 tahun, "masa muda dulu apa semua jumpa makan, laksa ka bubur pulut hitam ka. Lani nak makan takut tapi kadang-kadang curi makan, balik makan ubat lebih sikit la, tak pun minum air masak banyak ka".*
>
> *Asma, 69 tahun, "biasanya saya akan kawal makan. Sekarang saya sukat dengan kawal apa boleh makan dengan apa tak boleh makan sebab kita pun takut kan".*
>
> *Makcik Ton, 58 tahun, "semua kita boleh makan dengan kuantiti sikit, doktor tak halang nak makan, cuma jangan terlebih la, terlebih nanti takut bertambah gula dalam darah badan".*

4.2.4. Makanan merupakan penyesalan

Makanan juga dikaitkan oleh penghidap diabetes 2 dalam kajian ini sebagai penyesalan. Keadaan ketika sihat sudah pastinya membolehkan pelbagai jenis makanan diambil tanpa kawalan. Namun, penghidap diabetes 2 menyatakan kekesalan mereka kerana mengambil makanan manis berlebihan dan mengamalkan pemakanan tidak sihat apabila mereka sebenarnya mempunyai pilihan untuk mengurangkan kebarangkalian mendapat kencing manis. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Makcik Ton, 58 tahun, "bapa saya dulu selalu pesan setahun sekali raya kita boleh makan la manis, jangan sampai makan manis tiap-tiap hari, mereka pesan kat saya, tapi saya tak dengar, kadang-kadang saya makan. Nampak macam kalau dengar cakap mereka, mungkin saya tak akan dapat kencing manis".*

4.2.5. Makanan merupakan kesunyian

Peranan sebagai pesakit memerlukan usaha untuk menjaga kesihatan diri agar penyakit tidak melarat. Penjagaan kesihatan penghidap diabetes 2 terutamanya untuk mengawal pemakanan memerlukan semangat, usaha dan sokongan yang konsisten daripada orang sekeliling. Namun, usaha penjagaan kesihatan boleh terjejas apabila kurangnya sokongan. Berdasarkan konteks ini, terdapat informan yang mentafsirkan makna makanan sebagai kesunyian apabila orang sekeliling menjauhkan diri disebabkan keadaan penyakit kronik. Interaksi sosial terbatas apabila seseorang mempunyai penyakit dan komplikasi disebabkan diabetes menyebabkan kenalan terdekat menjauhkan diri. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Makcik Ton, 58 tahun mengatakan,"kalau nak jaga kesihatan kena makan sederhana, kalau dia makan akan mudaratkan kesihatan la. Masyarakat pun akan menjauhi kita sebab ada penyakit, mula-mula makan sama-sama seronok, bila tak sihat mungkin mereka takut nak kena jaga. Macam ada diabetes 2, masyarakat akan menjauhi maksudnya kalau apa-apa jadi siapa nak jaga dia. Kalau gula berlebihan kena potong kaki ka, mata rabun, pinggang rosak, selepas tu siapa nak jaga kan. Kalau ada duit pun siapa nak jaga".*

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

4.2.6. Makanan merupakan nafsu dan keinginan

Selera dan keinginan untuk makan tidak dapat dihapuskan walaupun seseorang mempunyai penyakit. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini mentafsirkan makna makanan sebagai nafsu dan keinginan kerana mereka tidak dapat mengurangkan atau mengorbankan semua jenis makanan yang pernah diambil apabila menghidap diabetes 2 terutamanya makanan kegemaran seperti daging kambing. Musim buah juga mempengaruhi keinginan untuk makan dan menikmati pelbagai jenis buah-buahan. Informan mengatakan mereka hanya akan mengurangkan kuantiti pengambilan dan merasa sedikit makanan kegemaran untuk memuaskan hati kerana masih mempunyai keinginan untuk makan. Petikan kes-kes di bawah menghuraikan mengenai makna makanan yang dikatakan sebagai nafsu dan keinginan.

> *Rabiah, 74 tahun mengatakan "ada juga bila tengok kakak saya makan biryani, saya pun akan teringin nak makan, kita pun ada keinginan makan kan".*
>
> *Makcik Ton, 58 tahun,"macam sekarang ada makanan tak ambil dah macam ais krim, coklat coklat tu la. Kalau teringin minum teh, saya minum macam dalam 3 teguk bagi seronok hati saya la".*
>
> *Taha, 67 tahun, "mai musim buah makan la durian, rambutan, mempelam. Lagi makan manggis, oren, epal, mata kucing, pisang, nangka".*
>
> *Anak Encik Taha mengatakan, "atta kalau daging kambing nanti "picci makan". Kenduri ka rumah ka, kambing nombor 1. Kalau kata tak makan jangan percaya. Daging lembu kurang, kambing ni penting, hang bagi setengah kilo pun atta makan".*

4.2.7. Makanan merupakan kepuasan

Makanan juga dikaitkan oleh penghidap diabetes 2 sebagai kepuasan. Rasa manis makanan apabila menikmati juadah tertentu dikatakan memberi rasa kepuasan. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Makcik Ton, 58 tahun mengatakan, "kalau rasa makanan, dari kecil suka manis la. Manis rasa macam ada kepuasan dalam makanan la, bila makan manis rasa puas. Tapi daripada dapat kencing manis ni, saya mengurangkan manis, bukan 100% la, dalam 70% ada la".*

4.2.8. Makanan sebagai simbol kasih sayang

Makanan menjadi tumpuan utama apabila seseorang ingin menunjukkan penghargaan dan rasa kasih sayang. Penghidap diabetes 2 dalam kajian ini mentafsirkan makanan sebagai simbol kasih sayang apabila meluangkan masa bersama ahli keluarga dan rakan-rakan untuk makan bersama. Perjalanan meniti usia yang tersisa sudah semestinya membuatkan seseorang menghargai setiap detik waktu untuk diluangkan bersama orang yang terdekat. Aktiviti makan menjadi pilihan sebagai tanda untuk untuk meluangkan masa bersama. Lawatan dan kunjungan ahli keluarga dan tetamu yang

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

belanja makanan dan suap makanan ditafsirkan oleh informan sebagai simbol kasih sayang seperti dalam petikan kes di bawah.

> *Makcik Ton, 58 tahun, "Kadang-kadang cucu-cucu semua ada, mereka akan suap makanan dengan penuh kasih sayang, saya pun makan la. Lagi anak-anak belanja pun saya akan makan".*

4.2.9. Makanan merupakan tanggungjawab sosial

Keadaan diabetes 2 memberikan dilema dalam membuat pilihan pemakanan harian dan menjaga kesihatan. Keadaan sebagai penghidap diabetes 2 juga tidak terlepas dari menghadiri jamuan majlis keramaian yang memerlukan mereka membuat pilihan jenis makanan yang boleh diambil sesuai dengan keadaan kesihatan mereka. Informan dalam kajian ini mengatakan keadaan mereka setelah menghidap diabetes 2 membuatkan mereka terpaksa makan dan makan untuk tanggungjawab sosial. Petikan kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Aminah, 63 tahun mengatakan, "bila makan dengan kawan-kawan, kalau 1 menu sama, terpaksa makan saja la apa yang ada, kalau ada choice saya akan jaga la macam capati ka, tosai ka, apa ka kalau malam, kalau siang makan la nasi ka apa ka".*

4.2.10. Makanan sebagai budaya dan identiti masyarakat

Penghidap diabetes 2 masyarakat India Muslim juga melihat makanan sebagai budaya dan identiti masyarakat. Makanan harian yang diambil dikatakan menunjukkan asal dan keturunan. Makanan menjadi identiti bagi sambutan sesebuah peristiwa seperti juadah yang wajib dihidangkan semasa hari raya atau kenduri kahwin. Makanan dikatakan sebagai budaya sesebuah masyarakat kerana budaya merupakan kepercayaan, kebiasaan dan ikutan corak pemakanan keluarga sejak kanak-kanak. Petikan kes-kes di bawah menceritakan perihal ini.

> *Salma, 64 tahun mengatakan "makanan menggambarkan budaya sesebuah masyarakat. Dia suka makan tosai ka ragi ka, putu mayam, kita tahu dia asal orang India. Lagi apom ka, memang kita tahu la dia keturunan India dia suka makan benda tu".*

> *Jamilah, 59 tahun, "pagi kami akan letak vattalappam. Kalau tak ada vattalappam tak rasa raya, jadi macam mana pun kena buat. Makanan orang kita macam ni la, vattalappam, paniyaram, appam".*

> *Makcik Ton, 58 tahun,"budaya ni macam kepercayaan kita ikut kan. Jadi makanan menggambarkan budaya sebab dari kanak-kanak mesti ikut satu-satu budaya tertentu dengan orang yang dia hidup dan membesar bersama. Makanan tu mesti ada dalam budaya sesuatu kaum, ikut apa yang ibu bapa mereka makan, ikut ibu bapa saya la, depa makan apa, itulah yang saya makan".*

5. Perbincangan Kajian

5.1. Amalan Pemakanan Penghidap Diabetes 2

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

Penghidap diabetes 2 mempunyai pelbagai perspektif mengenai makanan dari segi makna literal dan makna simbolik. Kebanyakan makna makanan dikongsikan merujuk kepada makna tersirat yang berkait dengan emosi atau perasaan sebagai penghidap diabetes 2 apabila bercakap tentang makan. Jadual 2 menunjukkan perubahan makna makanan sebelum dan selepas menghidap diabetes 2.

Jadual 2 : Perubahan makna makanan menurut masyarakat India Muslim sebelum dan selepas menghidap diabetes 2

Sebelum diabetes 2	Selepas diabetes 2
Kebebasan	Kawalan, sekatan, pengorbanan
Keseronokan	Ketakutan, penyesalan
Kehendak (selera)	Keperluan, rutin harian
Hobi (hidup untuk makan)	Ibadah (makan untuk hidup)
Memori dan kenangan	Kesunyian
	Kepuasan
	Rezeki
	Budaya dan identiti masyarakat
	Tanggungjawab sosial

(Sumber : Kajian Lapangan, 2022)

Makanan mempengaruhi kesihatan dan risiko penyakit. Seseorang yang sakit perlu mengawasi pemakanan kerana sesetengah makanan boleh memburukkan lagi keadaan penyakit dan sesetengah makanan boleh membantu menyembuhkan penyakit. Pemahaman makna makanan akan dapat menjelaskan bagaimana pesakit memilih makanan harian sambil menguruskan diabetes 2. Analisis kajian kualitatif Beverly et al. (2018) menerokai makna makanan dalam kalangan penghidap diabetes 2 menyatakan peranan makanan dalam pengurusan diabetes 2 dan perubahan makna makanan dalam kehidupan setelah mendapat diabetes.

Makna makanan sebelum menghidap diabetes 2 merujuk kepada rangkaian makna positif mengenai makanan. Keadaan ketika sihat memberikan tafsiran yang positif terhadap makanan kerana seseorang tidak mempunyai sekatan dan halangan dalam pemakanan harian. Rangkaian makna positif bagi makanan sebelum menghidap penyakit dikaitkan dengan kebebasan, keseronokan, kehendak (selera), hobi (hidup untuk makan), memori dan kenangan. Keadaan ketika sakit mengubah tafsiran terhadap makanan yang menunjukkan rangkaian hubungan negatif dengan makanan. Keadaan diabetes 2 telah mengubah perspektif terhadap makanan yang dikaitkan dengan kawalan, sekatan, pengorbanan, ketakutan, penyesalan, keperluan, rutin harian, ibadah, kesunyian, kepuasan, rezeki, budaya dan identiti masyarakat dan tanggungjawab sosial. Perubahan tafsiran terhadap makna makanan dapat dilihat apabila penghidap diabetes 2 memberikan perspektif yang negatif dibandingkan dengan keadaan sebelum menghidap diabetes 2.

Hasil temu bual ini selari dengan kajian Beverly et al. (2018) yang menunjukkan pemahaman makna makanan berdasarkan makna peribadi dan sosial sebelum dan selepas diagnosis diabetes. Makanan digambarkan dengan perasaan kegembiraan sebelum menghidap diabetes. Keadaan setelah menghidap diabetes meningkatkan kesedaran mengenai pilihan makanan terutamanya dari segi kandungan karbohidrat dan saiz hidangan. Tumpuan yang lebih kepada kandungan nutrisi pemakanan harian menyebabkan tafsiran terhadap makanan tidak lagi dikaitkan dengan keseronokan atau

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

makna yang positif. Hubungan negatif ini menyebabkan tafsiran negatif terhadap makanan sebagai "tidak baik", "racun" atau "musuh".

Tafsiran makanan turut dikaitkan oleh penghidap diabetes 2 tanggungjawab sosial. Hubungan antara makanan dan kehidupan saling berkaitan bagi menggambarkan sesuatu peristiwa dan majlis khusus dalam masyarakat. Kehidupan bermasyarakat di Malaysia yang terdiri daripada pelbagai budaya, etnik dan kaum melibatkan hidangan jamuan makan semasa kenduri, mengunjungi rumah saudara-mara, musim perayaan dan majlis keagamaan. Hidangan jenis makanan dalam majlis sosial tidak kesemuanya sesuai bagi penghidap diabetes 2. Kebanyakan makanan yang disajikan ketika musim perayaan mengandungi karbohidrat dan kalori tinggi (Sharoni & Wu, 2012). Kepelbagaian juadah dan hidangan makanan ini menjadi cabaran bagi penghidap diabetes mengawal selera makan untuk mengekalkan aras gula dalam badan. Penghidap diabetes 2 mengatakan mereka perlu makan untuk "tanggungjawab sosial" supaya tidak disalah anggap dan diterima oleh orang sekeliling.

Makanan mempunyai identiti dan kepentingan budaya. Tafsiran makanan sebagai budaya dan identiti masyarakat oleh informan dikaitkan dengan budaya masyarakat India Muslim yang ramah dan memuliakan tetamu yang mengunjungi kediaman mereka dengan menghidangkan jamuan. Kebanyakan masyarakat India Muslim mempunyai kebiasaan untuk tidak menolak hidangan tuan rumah kerana dianggap tidak sopan. Kajian Lang (1989) turut mengatakan hidangan makanan kepada tetamu dan keluarga menunjukkan keramahan dalam budaya masyarakat tertentu seperti orang Pima dan Asia Selatan. Hidangan makanan merupakan perkara biasa dan menolak hidangan makanan boleh menjadi kesalahan sosial. Bagi orang India, gula dan manisan dianggap sebagai simbol keramahan dan tanda selamat datang kepada tetamu. Pengurangan gula dalam hidangan dianggap bertentangan dengan tradisi dan menunjukkan status sosio-ekonomi rendah atau rasa hormat tidak mencukupi kepada tetamu (Adhikari & Mishra, 2019).

6. Kesimpulan

Diabetes merupakan penyakit yang sukar untuk diuruskan. Komitmen seumur hidup diperlukan untuk perubahan diet, senaman, pemantauan diri, rejim ubat (oral atau suntikan) dan mungkin juga dialisis. Penjagaan diabetes memerlukan kerjasama pengamal perubatan dalaman atau doktor keluarga, pendidik diabetes, pakar pemakanan, dan doktor podiatrik (rawatan penyakit kaki dan pergelangan kaki) untuk berkomunikasi sebagai satu unit bagi pemantauan kesihatan pesakit (Smith-Morris, 2004). Oleh itu, pemahaman makna makanan penting bagi semua pihak untuk membantu pesakit menguruskan keadaan diabetes 2 dan penyakit kronik yang lain.

Penghidap diabetes sukar melaksanakan perubahan diet memandangkan tingkah laku kesihatan, pilihan dan amalan makanan individu adalah mengikut budaya (Adhikari & Mishra, 2019; Liburd, 2003). Pematuhan saranan diet penting bagi pengendalian diabetes kerana dapat meningkatkan kawalan glisemik dan memudahkan pengurusan berat badan. Individu yang mempunyai akses pendidikan diabetes dan literasi kesihatan mendapat manfaat kesihatan dalam menguruskan penyakit diabetes. Perkara yang dapat dipelajari berdasarkan program pencegahan dan rawatan diabetes masyarakat Pima India dalam kajian Smith-Morris (2004) ialah kepentingan kepekaan budaya dan penyertaan masyarakat untuk program diabetes. Pendidikan diabetes dan literasi kesihatan yang melibatkan faktor budaya penting bagi perolehan data etnografi untuk

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

membantu pemberian maklumat kepada pengarah polisi komuniti dan program dengan menentukan kaedah dan proses yang bermakna dari segi budaya. Isu-isu budaya digunakan oleh pendidik diabetes merangkumi makna, kepentingan, tabiat makan dalam budaya, dan penggunaan cerita dan tradisi komuniti. Pilihan makanan sihat dan pengubahsuaian diet penting bagi penghidap diabetes 2. Kebanyakan pesakit menghadapi cabaran untuk mengawal pilihan makanan dan mengubah jumlah dan jenis karbohidrat dalam makanan. Pengetahuan maklumat pemakanan penting bagi penghidap diabetes 2 untuk mengekalkan kesihatan.

Kelulusan Etika dan Persetujuan untuk Menyertai Kajian (*Ethics Approval and Consent to Participate*)

Para penyelidik menggunakan garis panduan etika penyelidikan yang disediakan oleh Jawatankuasa Etika Penyelidikan Manusia Universiti Sains Malaysia (JEPeM USM) (Kod : USM/JEPeM/21110723). Semua prosedur yang dilakukan dalam kajian ini yang melibatkan subjek manusia telah dijalankan mengikut piawaian etika jawatankuasa penyelidikan institusi. Kebenaran dan persetujuan mengikuti kajian turut diperoleh daripada semua peserta kajian.

Penghargaan (*Acknowledgement*)

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua peserta kajian yang telah memberikan kerjasama menyumbang kepada dapatan kajian ini. Penulis juga ingin mengucapkan ribuan terima kasih atas segala bantuan, dorongan dan bimbingan yang telah diberikan oleh pensyarah, keluarga, rakan-rakan dan semua pihak yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam menjayakan kajian ini.

Kewangan (*Funding*)

Kajian dan penerbitan ini tidak menerima sebarang tajaan atau bantuan kewangan. Kajian ini merupakan inisiatif pengkaji sendiri.

Konflik Kepentingan (*Conflict of Interest*)

Penulis melaporkan tiada sebarang konflik kepentingan berkenaan penyelidikan, pengarangan atau penerbitan kajian ini.

Rujukan

Adhikari, B., & Mishra, S. R. (2019). Culture and epidemiology of diabetes in South Asia. *Journal of Global Health, 9*(2), 1–4. https://doi.org/10.7189/jogh.09.020301

Aktaş-Polat, S., & Polat, S. (2020). A theoretical analysis of food meaning in anthropology and sociology. *Tourism, 68*(3), 278–293. https://doi.org/10.37741/t.68.3.3

Avicenna. (1988). *Al Qanun Fil Tibb (Canon of Medicine). Volume 2*. New Delhi: Jamia Hamdard Printing Press.

Beverly, E. A., Ritholz, M. D., Wray, L. A., Chiu, C. J., & Suhl, E. (2018). Understanding the meaning of food in people with type 2 diabetes living in Northern Appalachia. *Diabetes Spectrum, 31*(1), 14–24. https://doi.org/10.2337/ds16-0059

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).

Chesla, C. A., Chun, K. M., & Kwan, C. M. L. (2009). Cultural and Family Challenges to Managing Type 2 Diabetes in Immigrant Chinese Americans. *Diabetes Care, 32*(10), 1812–1816. https://doi.org/10.2337/dc09-0278

Farb, P., & Armelagos, G. (1980). *Consuming Passions: The Anthropology of Eating*. London: Houghton Miflin.

Ghods, R. (2018). Are Traditional Medicine and Phytotherapy the Same? *Acta Scientific Pharmaceutical Sciences, 2*(8), 65–66. Retrieved from https://www.actascientific.com/ASPS/pdf/ASPS-02-0122.pdf

Helman, C. G. (2007). *Culture, Health and Illness* (5th ed.). Hodder Arnold. https://doc-center.ocg.msf.org/doc_num.php?explnum_id=4319

Ing, L. C. (2011). A Brief Introduction to Anthropological Perspectives on Diet: Insights into the Study of Overseas Chinese. *Asian Culture and History, 3*(1). https://doi.org/10.5539/ach.v3n1p86

Lang, G. C. (1989). "Making Sense" About Diabetes: Dakota Narratives of Illness. *Medical Anthropology*, 11, 305–327.

Lawton, J., Ahmad, N., Hanna, L., Douglas, M., Bains, H., & Hallowell, N. (2008). 'We should change ourselves, but we can't': accounts of food and eating practices amongst British Pakistanis and Indians with type 2 diabetes. *Ethnicity & Health, 13*(4), 305–319. https://doi.org/10.1080/13557850701882910

Lee. R. & Nieman, D. C. (2003). *Nutritional Assessment : Clinical Dietary, Anthropometry and Biochemical (3rd ed.)*. St Louise: Mosby-Year Book. Inc.

Liburd, L. C. (2003). Food, Identity, and African-American Women With Type 2 Diabetes: An Anthropological Perspective. *Diabetes Spectrum, 16*(3), 160–165. https://doi.org/10.2337/diaspect.16.3.160

Liu, Z., & Liu, L. (2011). *Essentials of Chinese Medicine*. Springer Science & Business Media.

Obeyesekere, G. (1977). The theory and practice of psychological medicine in the Ayurvedic tradition. *Culture, Medicine and Psychiatry, 1*(2), 155–181. https://doi.org/10.1007/BF00114848

Smith-Morris, C. M. (2004). Reducing Diabetes in Indian Country: Lessons from the Three Domains Influencing Pima Diabetes. *Human Organization, 63*(1), 34–46. https://doi.org/10.17730/humo.63.1.mfp4tupu29tcvnqm

Shariffah Suraya, S. J. (2013). *Penjagaan kesihatan wanita : amalan tradisi dan moden*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Sharoni, S. K. A., & Wu, S.-F. V. (2012). Self-efficacy and self-care behavior of Malaysian patients with type 2 diabetes: a cross sectional survey. *Nursing & Health Sciences, 14*(1), 38–45. https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2011.00658.x

Vaclavik, V. A. (1999). *Essentials of Food Science*. New York: Aspen.

Weller, S. C., Baer, R. D., Lee, M. P., Trotter, R. T., Glazer, M., Javier, E. et al. (1999). Latino beliefs about diabetes. *Diabetes Care*, 22, 722–728

© 2023 by the authors. Published by Secholian Publication. This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY).